

Школа

МБОУ "Малокамалинская ООШ №5"

Отд./корп

День

23.05.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 108 | Каша молочная кукурузная | 200 | 25,42 | 238 | 8 | 8 | 8 |
| | гор.напиток | 274 | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200 | 4,33 | 116 | 1 | 0 | 11 |
| | хлеб | г/и | Хлеб пшеничный/ржаной | 46 | 1,70 | 154 | 3 | 1 | 37 |
| | | г/и | Йогурт | 100 | 30,00 | 121 | 4 | 8 | 8 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | г/и | Огурец соленый | 60 | 14,09 | 7 | 0 | 0 | 1 |
| | 1 блюдо | 71 | Суп картофельный с рыбными консервами и крупой | 250 | 17,00 | 171 | 6 | 8 | 18 |
| | 2 блюдо | 193 | Плов из отварной говядины | 150 | 22,39 | 314 | 16 | 18 | 25 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | г/и | Хлеб | 30 | 1,10 | 71 | 1 | 0 | 17 |
| | хлеб черн. | г/и | Хлеб | 20 | 1,60 | 50 | 1 | 0 | 20 |
| | напиток | 285 | Кофейный напиток на сгущ.молоке | 200 | 20,00 | 132 | 2 | 2 | 23 |
| фрукты | г/и | Апельсин | 100 | 16,00 | 43 | 1 | 0 | 8 | |

